

Week menu

11
November

11/11(Mon)		11/12(Tue)		11/13(Wed)		11/14(Thu)		11/15(Fri)	
ごはん				ごはん		ごはん			
韓国ザクザクチキン		ガーリックシュリンププレート		白身魚ポワレケッパーソース		台湾大鶏排(ダージ-パイ)		タイマッサマンカレー	
イカ酢の物		オクラのマヨポン和え		かぼちゃサラダ		蓮根きんぴら		春雨中華	
デザート		デザート		デザート		デザート		デザート	
汁物		汁物		汁物		汁物		汁物	
エネルギー	1180 kcal	エネルギー	697 kcal	エネルギー	782 kcal	エネルギー	803 kcal	エネルギー	751 kcal
たんぱく質	42.8 g	たんぱく質	20.6 g	たんぱく質	29.4 g	たんぱく質	39.5 g	たんぱく質	21.6 g
脂質	40.7 g	脂質	14.8 g	脂質	19.3 g	脂質	14.5 g	脂質	19.5 g
食塩	3.4 g	食塩	1.9 g	食塩	1.4 g	食塩	1.8 g	食塩	2.5 g

Week menu

11
November

11/18(Mon)		11/19(Tue)		11/20(Wed)		11/21(Thu)		12/22(Fri)	
ごはん				ごはん		ごはん		ごはん	
種外煮込み(1/2日野菜)		スタミナ丼		さけ南蛮漬け		チキン南蛮		自家製ハンバーグマトリクス	
マカロニサラダ		ちりめん酢の物		ブロッコリー-オ-ロラサラダ		蓮根中華和え		小松菜ぜんまいナムル	
デザート		デザート		デザート		デザート		デザート	
汁物		汁物		汁物		汁物		汁物	
エネルギー	776 kcal	エネルギー	874 kcal	エネルギー	731 kcal	エネルギー	1034 kcal	エネルギー	842 kcal
たんぱく質	30.8 g	たんぱく質	28.5 g	たんぱく質	32.1 g	たんぱく質	35.1 g	たんぱく質	30.1 g
脂質	12.9 g	脂質	24.4 g	脂質	17.2 g	脂質	37.5 g	脂質	24.4 g
食塩	3 g	食塩	3.5 g	食塩	4.1 g	食塩	3.2 g	食塩	2.1 g

お持ち帰りの場合はご自分で容器を用意してください。

容器がない場合はは有料になります。※貸出容器は必ず洗って速やかに返品して下さい

1. お持ち帰りの場合は前日、当日にでもお持ち帰り用保冷バックをご自分で用意して、食堂か事務所へお持ちください
そして当日20:00までに直接レストラン(内線電話#1005外線電話075-525-2346)までご連絡ください
2. アレルギー等ある場合の代替メニュー(カレー)は3日前までにレストランにご連絡ください